

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menopause merupakan keadaan dimana seorang perempuan tidak lagi mengalami menstruasi yang terjadi pada rentang usia 50 sampai 59 tahun (Harlow, 2012). Pada masa ini sangat kompleks bagi perempuan karena akan mengalami perubahan kesehatan fisik yang akan mempengaruhi kesehatan psikologisnya. Namun banyak wanita yang menganggap bahwa menopause merupakan suatu hal yang menakutkan. Hal ini mungkin berasal dari suatu pemikiran bahwa dirinya akan menjadi tua, tidak sehat, dan tidak cantik lagi. Selain itu, wanita dalam masa menopause mengalami perubahan besar dalam kehidupannya dan beradaptasi terhadap perubahan peran dalam keluarga maupun masyarakat, serta harus menghadapi perubahan tubuh dan harapannya dalam hidup (Safitri, 2009).

Menopause menandakan bahwa masa menstruasi dan reproduksi seorang wanita telah berakhir. Hal ini terjadi karena indung telur mengalami penuaan. Penuaan ovarium ini menyebabkan produksi hormon estrogen menurun sehingga terjadi kenaikan hormon FSH dan LH. Peningkatan hormon FSH ini menyebabkan fase folikular dari siklus menstruasi memendek sampai menstruasi tidak terjadi lagi. Menopause menurut WHO berarti berhentinya siklus menstruasi untuk selamanya bagi wanita yang sebelumnya mengalami menstruasi setiap bulan, yang disebabkan oleh jumlah folikel yang mengalami atresia terus meningkat, sampai tidak tersedia

lagi folikel, serta dalam 12 bulan terakhir mengalami amenorea, dan bukan disebabkan oleh keadaan patologis (Prawirohardjo, 2008).

Perubahan pengeluaran hormon menyebabkan berbagai perubahan fisik maupun psikologis bagi wanita. Pada masa ini sangat kompleks bagi wanita karena berkaitan dengan keadaan fisik dan kejiwaannya. Selain wanita mengalami stress fisik dapat juga mengalami stress psikologi yang mempengaruhi keadaan emosi dalam menghadapi hal normal sebagaimana yang dialami semua wanita. Perubahan fisik ini dapat berupa *hot flushes*, insomnia, vagina menjadi kering, gangguan pada tulang, linu dan nyeri sendi, kulit keriput dan tipis, ketidaknyamanan pada jantung (Kusmiran, 2012). Sedangkan perubahan psikis yang terjadi adalah sikap mudah tersinggung, suasana hati yang tidak menentu, mudah lupa dan sulit berkonsentrasi. Hasil penelitian Sugiyanto (2014) perubahan fisik pada wanita menopause dapat berpengaruh terhadap kondisi psikologi seperti mudah tersinggung, kecemasan, stress, daya ingat menurun dan depresi.

Pada tahun 2030, jumlah perempuan di seluruh dunia yang memasuki masa menopause diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang (WHO:2014). Di Indonesia, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 60 juta perempuan menopause. Pada tahun 2016 saat ini di Indonesia baru mencapai 14 juta perempuan menopause atau 7,4 % dari total populasi yang ada. Angka harapan hidup perempuan melonjak dari 40 tahun pada tahun 1930 menjadi 67 tahun pada tahun 1998. Sementara perkiraan umur rata-rata usia menopause di Indonesia adalah 48 tahun. Peningkatan usia harapan hidup

menyebabkan jumlah perempuan yang mengalami menopause semakin banyak (Dinkes RI:2014).

Menurut Badan Pusat Statistik pada tahun 2013, jumlah penduduk wanita di Jawa Tengah adalah 6.161.607 jiwa dengan jumlah penduduk wanita pada kelompok umur 50-59 tahun dan diperkirakan telah memasuki usia menopause sebanyak 916.446 jiwa. Sedangkan tahun 2015 ada sebanyak 6.318.990 jiwa dengan jumlah penduduk wanita yang berusia 50-59 tahun ada 1.041.614 jiwa. Jumlah penduduk wanita di kota Kartasura pada tahun 2014 ada sebanyak 1.039.681 jiwa dengan jumlah wanita yang berusia 50-59 tahun ada 138.813 jiwa (BPS: 2015).

Dari data yang diperoleh di Posyandu Desa Pabelan diketahui terdapat 7 posyandu dengan jumlah wanita sebanyak 298 orang. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, peneliti melakukan wawancara pada 10 wanita menopause yang berada di Posyandu Desa Pabelan didapatkan hasil bahwa 8 dari 10 wanita menopause telah mengalami perubahan fisik dan psikologis.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang bagaimana “Gambaran Perubahan Fisik Dan Psikologis Pada Wanita Menopause Di Posyandu Desa Pabelan”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana “Gambaran Perubahan Fisik Dan Psikologis Pada Wanita Menopause Di Posyandu Desa Pabelan”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum pada penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran perubahan fisik dan psikologis pada wanita menopause Di Posyandu Desa Pabelan.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui perubahan fisik pada wanita menopause di Posyandu Desa Pabelan.
- b. Untuk mengetahui perubahan fisik yang paling sering dialami wanita menopause Posyandu Desa Pabelan.
- c. Untuk mengetahui perubahan psikologis pada wanita menopause di Posyandu Desa Pabelan.
- d. Untuk mengetahui perubahan psikologis yang paling sering dialami pada wanita menopause di Posyandu Desa Pabelan.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan perubahan fisik dan psikologis pada wanita menopause.

2. Secara Praktis

a. Bagi keluarga atau masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah bahan bacaan dan menambah pengetahuan wanita mengenai perubahan fisik dan psikologis pada wanita menopause.

b. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan referensi bagi peneliti yang memiliki tema yang sama.

c. Instansi Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam meningkatkan kegiatan pemberian pendidikan kesehatan kepada wanita yang mengalami menopause.

E. Keaslian Penelitian

1. Hesty (2015) yang berjudul “Hubungan Antara Perubahan Fisik Dengan Perubahan Psikologis Wanita Pada Masa Menopause Di Kelurahan Pucang sawit Kecamatan Jebres”. Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan desain korelaif. Sampel penelitian ini adalah 66 wanita

usia 48-55 tahun yang menopause, dengan teknik sampling menggunakan proposional random sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner perubahan fisik dengan pengaruh psikologis yang telah terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Analisis data menggunakan *Chi Square*. Hasil penelitian adalah 39 responden (59,1%) mengalami perubahan fisik pada masa menopause sementara 27 responden (40,9%) tidak mengalami perubahan fisik pada masa menopause. Sebanyak 13 responden (19,7%) responden mengalami perubahan psikologis dengan kuat, 29 responden (43,9%) dengan kategori cukup, dan 24 responden (36,4%) dengan perubahan psikologis lemah. Hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai $X^2 = 6.624$ dengan $p = 0,036$, sehingga disimpulkan ada hubungan antara perubahan fisik dengan pengaruh psikologis wanita pada masa menopause di Kelurahan Pucang Sawit Kecamatan Jebres.

2. Nutan, Potdar., Mahadeo, Shinde (2014). Dengan judul “Psychological Problems and Coping Strategies Adopted By Post Menopausal Women”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perubahan psikologis dan koping strategi dalam mengatasi menopause pada wanita. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei pada 100 wanita menopause, yang dipilih dari pengambilan sampel. Dengan menggunakan kuesioner terstruktur dari Pune City. Pertanyaan penelitian mengarah kepada masalah psikologis yang di hadapi dari sampel dan strategi untuk mengatasi masalah. Ditemukan hasil perubahan psikologis : 57% wanita memiliki perubahan psikologis ringan dan 78% dengan koping strategi

untuk mengatasi masalah. Dari hasil penelitian didapatkan hubungan yang signifikan yang kuat antara masalah psikologis dan koping strategi pada wanita menopause. Maka dapat disimpulkan bahwa wanita yang mempunyai koping strategi yang bagus memiliki masalah psikologis yang ringan.

3. Sugiyarto (2014) yang berjudul “Perubahan Fisik Wanita Dengan Kecemasan Dalam Menghadapi Menopause”. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan perubahan fisik dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause di Desa Srimulyo, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimental dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah wanita berusia 40-55 berjumlah 115 responden. Analisis data menggunakan uji *Kendal Tau* didapatkan nilai koefisien sebesar 0,357 dan signifikansi 0,026 menunjukkan ada hubungan antara perubahan fisik dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause. Bagi responden disarankan untuk meningkatkan pemahaman tentang menopause.
4. Moundi (2014) yang berjudul “ Hubungan Perubahan Fisik Dengan Kecemasan Wanita Usia 40-50 Tahun Dalam Menghadapi Menopause Di Kelurahan Papusungan Kecamatan Lembeh Selatan”. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan perubahan fisik dengan kecemasan wanita usia 40-50 tahun dalam menghadapi menopause di Kelurahan Papusungan Kecamatan Lembeh Selatan. Penelitian ini menggunakan metode survei deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam

penelitian ini adalah ibu-ibu premenopause, sedangkan yang menjadi sampel dalam penelitian ini ibu-ibu premenopause yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yaitu sebanyak 30 responden, dengan menggunakan teknik pengambilan sampel adalah *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Analisa data yang digunakan yaitu analisa *univariat* dan analisa *bivariat* dimana uji statistik yang digunakan yaitu *spearman rank*, dengan menggunakan program SPSS 16,0. Hasil penelitian ini sesuai hasil uji statistik didapatkan tingkat signifikan $p=0,966$ dan atau $< 0,05$ artinya ada hubungan yang sangat kuat antara perubahan fisik dengan kecemasan wanita usia 40-50 tahun dalam menghadapi menopause di Kelurahan Papusungan Kecamatan Lembeh Selatan.

5. Maftukhatus (2015) yang berjudul “ Hubungan Pengaturan Emosi Positif dengan Kecemasan Menjelang Menopause pada Perempuan Pekerja”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengaturan emosi positif dengan kecemasan menjelang menopause pada perempuan pekerja. Subjek penelitian adalah perempuan pekerja dalam rentang usia menjelang menopause di desa Kalirejo, Salaman, Magelang, Jawa Tengah. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan skala pengaturan emosi positif dan skala kecemasan menghadapi menopause. Teknik analisis statistik yang digunakan adalah korelasi *product moment*. Hasil penelitian dengan menggunakan teknik analisis korelasi, diperoleh R sebesar -0,305, R² sebesar 0.093 dengan $p = 0.003$. Hasil tersebut

menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengaturan emosi positif dan kecemasan menjelang menopause pada perempuan pekerja di desa Kalirejo, Salaman, Magelang, Jawa Tengah. R^2 sebesar 0.093 menunjukkan bahwa pengaturan emosi positif memberikan sumbangan efektif sebesar 9,3% terhadap kecemasan menghadapi menopause pada perempuan pekerja

6. Sholikhah(2011) yang berjudul “Perbedaan Usia Menopause pada Wanita Pedesaan dan Perkotaan serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan usia menopause antara wanita pedesaan dan perkotaan. Penelitian ini merupakan penelitian epidemiologi analitik dengan cross sectional. Data primer diambil dari wawancara yang dipandu dengan kuesioner. Jumlah sampel adalah 100 perempuan, terdiri dari 50 perempuan pedesaan dan 50 wanita perkotaan. Uji statistik yang digunakan adalah uji t. Hasilnya adalah t hitung = 3,38 sedangkan t tabel = 1,98. Jadi t hitung > dari t tabel. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada perbedaan usia menopause antara wanita pedesaan dan perkotaan dimana wanita pedesaan mengalami menopause lebih awal dari pada wanita perkotaan.